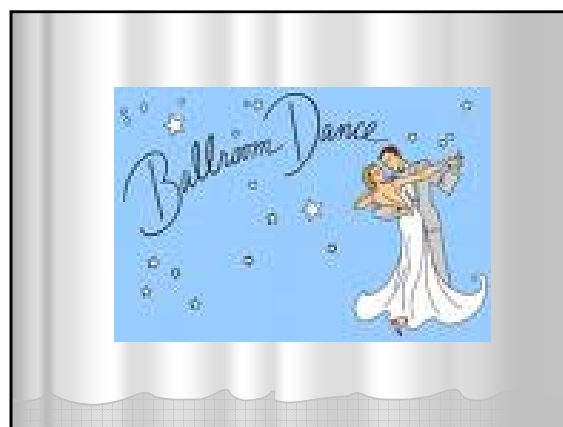


ΧΟΡΟΙ Διάλεξη 1



ΚΟΥΛΗ ΟΛΓΑ, PhD.
Λιδάσκουσα Τ.Ε.Φ.Α.Α. Κομοτηνή / Τρίκαλα


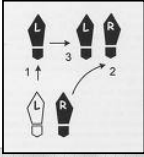


Ballroom Dances – Χοροί Σάλας – Ευρωπαϊκοί Χοροί *Ballroom*

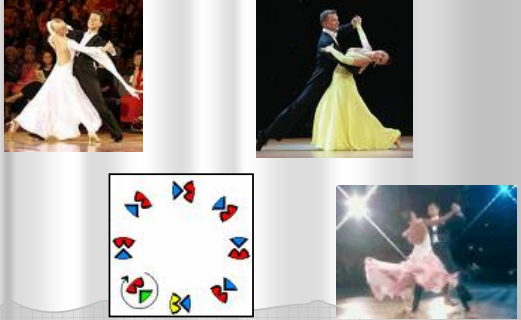
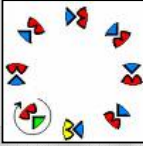
Πρόκειται για κατηγορία εντοπωσιακών χορών που πήρε το όνομά της από τις μεγάλες σάλες στις οποίες χόρευαν οι αριστοκράτες του 18^{ου} αιώνα. «Γεννήθηκαν» όλοι σε ευρωπαϊκές χώρες, εκτός από το ταγκό, το οποίο – αν και έχει επικρατήσει σε αυτή την κατηγορία και πλέον υπάρχει και ευρωπαϊκό ταγκό – στην αρχική του μορφή προέρχεται από την Αργεντινή.



Waltz

Vienna Waltz

Waltz & Vienna Waltz

Οι ρίζες του:
Αυστροβουναροί αγρότες ξεκίνησαν να χορεύουν το βαλς, που έμελλε να γίνει ένας από τους χορούς τους πιο κομψούς χορούς στις σάλες των αριστοκρατικών σπιτιών της Βιέννης. Μέχρι και τα τέλη του 18^{ου} αιώνα γίνεται αποδεκτό από την υψηλή κοινωνία, ενώ μεγάλη ώθηση του δίνουν γνωστοί μουσουργοί, όπως ο Johan Strauss. Μπαίνοντας στα ευρωπαϊκά σαλόνια – κυρίως του Παρισιού- ο ρυθμός του βαλς γίνεται πιο αργός και γεννιέται το απλό βαλς.

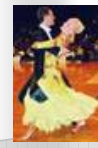
Waltz & Vienna Waltz

Τα χαρακτηριστικά του:

Ανήκει στην κατηγορία των περιστρεφόμενων χορών σε ζεύγη και διακρίνεται για την υπερήφανη και κομψή του κίνηση. Θεωρείται ο κυρίαρχος χορός της ισοροπίας και περιλαμβάνει πολλές στροφές.

Το Βιεννέζικο Βαλς αποτελείται από γρήγορα κυκλικά βήματα με πολλές στροφές, ενώ το απλό Βαλς διακρίνεται για τις απαλές, όλο χάρη κινήσεις.

Fox-Trot



Fox-Trot

Οι ρίζες του:

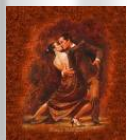
Από τις χαρακτηριστικότερες μελωδίες του, το «fever» και η μουσική του «Ροζ Πάνθηρα». Το Fox-Trot (ή σε μετάφραση «το βήμα της αλεπούς»), λόγω των κωμικών καμαρωτών του βημάτων, είναι από τους λίγους χορούς που ξεκίνησαν από τα σαλόνια της υψηλής κοινωνίας και στη συνέχεια διαδόθηκαν σταδιακά στις χαμηλότερες κοινωνικές τάξεις. Πρώτη φορά παρουσιάζεται πάνω στη σκηνή το 1915 από τον αμερικανό ηθοποιό και χορευτή Harry Fox, από τον οποίο πήρε και το όνομά του. Συνδέθηκε με την τζαζ μουσική και αποτέλεσε την εναλλακτική απάντηση στο κοινό που είχε πλέον βαρεθεί τη στυλιζαρισμένη πόλκα και το αυτοκρατορικό βαλς.

Fox-Trot

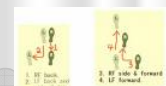
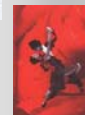
Τα χαρακτηριστικά του:

Είναι παιγνιδιάρικος χορός, περιλαμβάνει εύκολα βήματα, αλλά εξαιρετικά δύσκολη τεχνική ώστε να αποδώσει κανείς σωστά το στυλ του. Το πάνω μέρος του σώματος αποκτά πολύ καλή δυναμική, ενώ τα πόδια είναι υπεύθυνα για την κίνηση. Προάγει κυρίως την ισοροπία, καθώς ο μαθητής διδάσκεται να περπατάει ελεγχόμενα, αλλά και να αναπνέει διαφραγματικά, απαραίτητο στοιχείο ώστε να απομονώνει το πάνω από το κάτω μέρος του σώματός του.

Tango



Tango Argentina



Tango & Tango Argentina

Οι ρίζες του:

Ξεκίνησε να χορεύεται αποκλειστικά από άνδρες σε κακόφημες συνοικίες και οίκους ανοχής της Αργεντινής. Λέγεται μάλιστα ότι ξεπήδησε από την ανάγκη ενός άνδρα να εκφράσει τον πόνο του για μια γυναίκα που τον παράτησε για κάποιον άλλον. Γρήγορα απέκτησε φανατικούς οπαδούς στην υψηλή κοινωνία της χώρας και σταδιακά διαδόθηκε στην Ευρώπη. Στο Παρίσι αποκτά πιο σοφιστικέ στυλ και γεννιέται το ευρωπαϊκό tango.

Tango & Tango Argentina

Τα χαρακτηριστικά του:

Δεν θα μπορούσε παρά να ονομαστεί «ο χορός της φωτιάς ή του πάθους», αφού οι φιγούρες είναι ταυτόχρονα δραματικές και δυναμικές, απαλές και κοφτές. Πρόκειται για εξαιρετικά δύσκολο χορό όταν θέλει κανείς να αποδώσει το στυλ του. Συνήθως η ευρωπαϊκή μορφή του tango είναι πιο στυλιζαρισμένη.



Quick-Step



Latin Dances

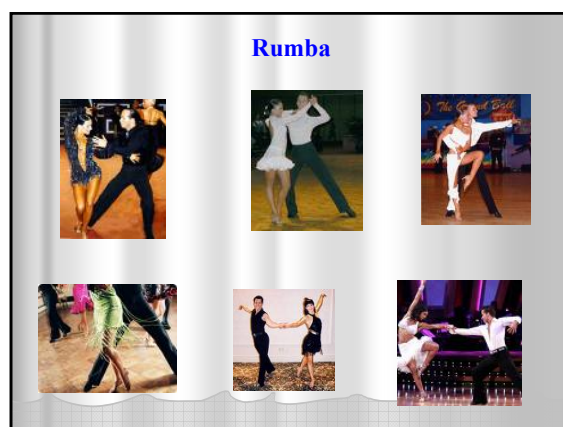


Latin Dances – Χοροί Λάτιν

Είναι γνωστοί ως λάτιν ή λατινοαμερικάνικοι χοροί.

Οι ρίζες τους όμως χάνονται πίσω στο χρόνο, στα βάθη της Αφρικής. Η ρούμπα, το μάμπο, το τσα-τσα και η σάμπα, αποτελούν τον κορμό των λάτιν χορών.

Όποιος γνωρίζει τα βήματα των τεσσάρων αυτών ειδών είναι σε θέση να χορεύει οποιοδήποτε λάτιν χορό. Η σάλσα, αν και δεν ανήκει στους βασικούς χορούς, έχει εξαιρετικά μεγάλη απήχηση.



Rumba

Οι ρίζες της:

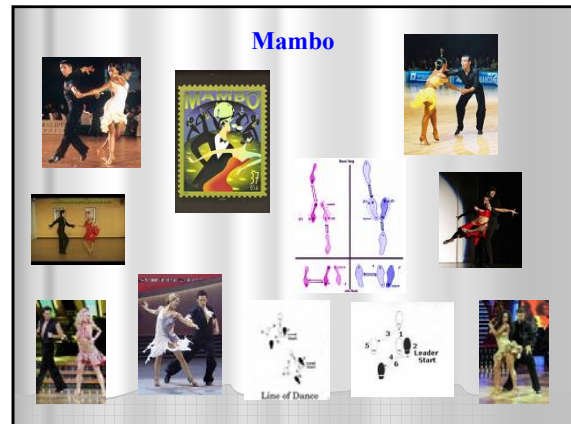
Rumba

Το βάρος των σακίων που κουβαλούσαν οι σκλάβοι στην Κούβα όλη μέρα στην πλάτη τους, ήταν η αιτία να δημιουργηθεί η έντονη κίνηση στους γοφούς που χαρακτηρίζει τη ρούμπα. Έπειτα από εξαντλητική δουλειά στις φυτείες, οι σκλάβοι μαζεύονταν γύρω από τη φωτιά και διασκεδάζαν χορεύοντας.

Τα χαρακτηριστικά της:

Θεωρείται ο χορός του έρωτα, λόγω των έντονων κινήσεων της λεκάνης και του διάχυτου ερωτισμού που εκπέμπει ο ρυθμός της. Έχει αργό τέμπο και διδάσκεται από του πρώτους χορούς για να μπορέσει ο μαθητής να μπει ομαλά στο πιο γρήγορο τέμπο των υπόλοιπων λάτιν χορών.

Mambo



Οι ρίζες του:

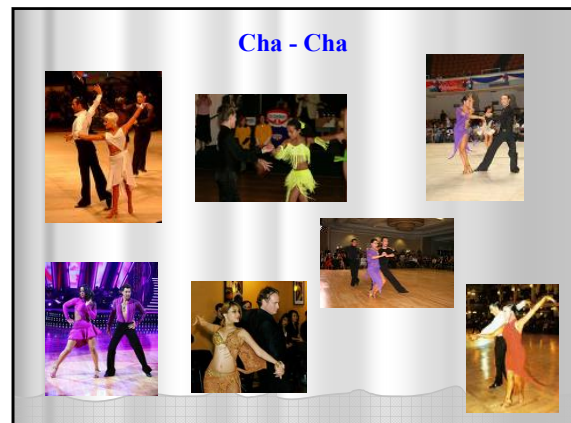
Mambo

Εμπνευστές θεωρούνται και πάλι οι σκλάβοι της Κούβας. Ο ρυθμός του μάμπο κατακλύζει μέσα σε σύντομο χρονικό διάστημα τα κλαμπ της Αβάνας και σταδιακά περνάει στα ανώτερα κοινωνικά στρώματα. Αλλάζοντας χαρακτηριστικά στη διαδρομή του, καθιερώνεται με τη μορφή που είναι γνωστή σήμερα.

Τα χαρακτηριστικά του:

Ο ρυθμός του είναι λίγο πιο γρήγορος από αυτόν της ρούμπα. Έχει ίδια τεχνική, ενώ περιλαμβάνει πολλές στροφές και ανεξάντλητο συνδυασμό από φιγούρες. Θεωρείται δύσκολος χορός, γιατί απαιτεί μεγάλη ακρίβεια στις κινήσεις.

Cha - Cha



Οι ρίζες του:

Cha - Cha

Θεωρείται ότι προέρχεται από την Κούβα. Αρκετοί το ταυτίζουν με το μάμπο, επίσης μοιάζει και με τη ρούμπα σε πιο γρήγορο τέμπο, παρ' όλα αυτά, έχει δικά του στοιχεία που το διαφοροποιούν ως χορό.

Τα χαρακτηριστικά του:

Δεν θα μπορούσε παρά να ονομαστεί χορός του φλερτ, αφού πρόκειται για ένα συνεχές παιχνίδι μεταξύ του καβαλιέρου και της ντάμας. Είναι αυθόρμητος χορός και απαιτεί ιδιαίτερη δεξιότητα στα πόδια.

Samba



Οι ρίζες της:

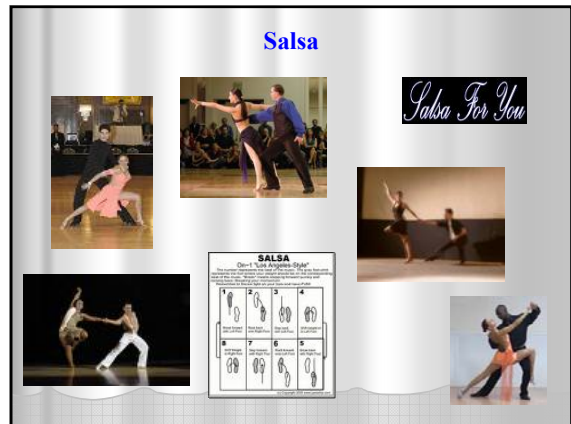
Samba

Έχει καθιερωθεί ως εθνικός χορός της Βραζιλίας, οι ρίζες της όμως βρίσκονται στην Αφρική. Από το 1929, που έκανε την εμφάνισή της στη Νέα Υόρκη, άρχισε να διαδίδεται σε όλο τον κόσμο. Στη Νότια Αμερική, χορεύεται με μέτριο έως αργό ρυθμό, ενώ στις ΗΠΑ το βήμα είναι αρκετά γρηγορότερο.

Τα χαρακτηριστικά της:

Είναι πιο δυναμικός χορός από τους λάτιν και ο πιο δύσκολος τεχνικά. Απαιτεί πολύ δυνατή κίνηση στα πόδια, στους γοφούς και στο πάνω μέρος του σώματος, ενώ χρειάζεται απόλυτος έλεγχος της κίνησης, ώστε να μη χάνεται το βήμα.

Salsa



Salsa

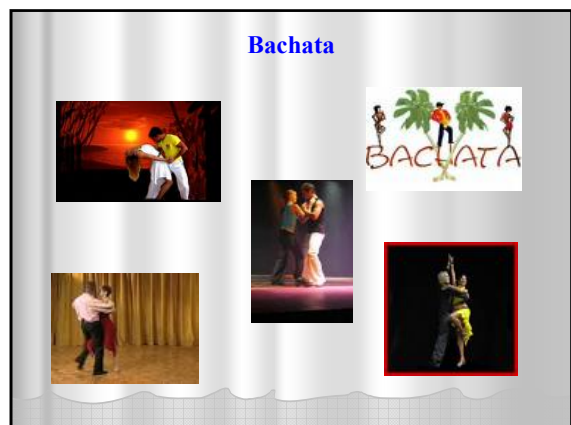
Οι ρίζες της:

Πρόκειται για μείξη λατινοαμερικάνικων και αφρο-καριβικών στοιχείων χορού.

Τα χαρακτηριστικά της:

Έχει ίδιο ρυθμό με το μάμπο, αλλά λιγότερο σοφιστικέ στυλ. Είναι γρήγορος χορός με ελευθερία κινήσεων και πολλές στροφές.

Bachata



Merengue



Jive



Paso Doble

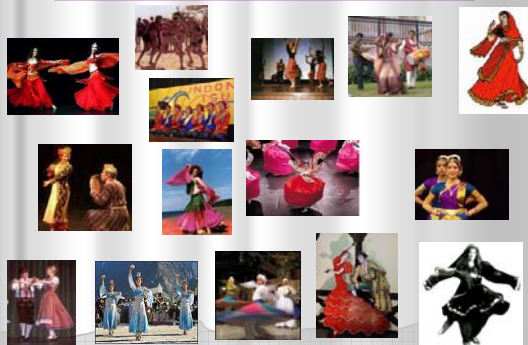
Rock n' Roll



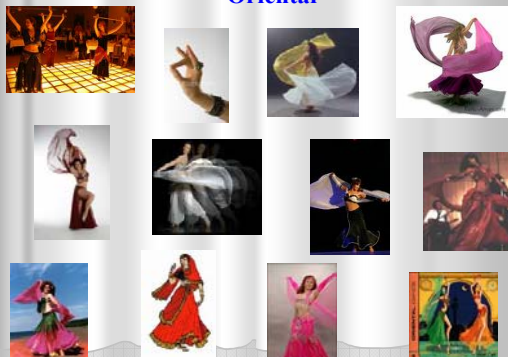
Rock n' Roll

Σε μια εποχή που η νεολαία διψούσε για ενεργητικότητα και δράση, το Rock n' Roll έρχεται να δείξει την αντίδραση των νέων στο συντηρητισμό, τις απαγορεύσεις και το διάχυτο ρατσισμό της μεταπολεμικής περιόδου. Με λατινοαμερικάνικες επιρροές και καταγωγή από το Νότο των ΗΠΑ, η άγρια μορφή και οι ακροβατικές φιγούρες του Rock n' Roll χρειάστηκαν 20 χρόνια για να γίνουν αποδεκτές και να αποκτήσουν τελικά φανατικούς οπαδούς σε όλο τον κόσμο. Έχει έντονο ρυθμό και πολλά σηκώματα των ποδιών, βασίζεται σε ένα απλό βήμα, αλλά παρέχει τη δυνατότητα απεριόριστων αυτοσχεδιασμών.

Ethnic Dances



Oriental



Oriental

Οι ρίζες του:

Όσο παράδοξο και αν φαίνεται, το οριεντάλ ξεκίνησε ως αποκλειστικά ανδρικός χορός. Αν και δεν γνωρίζουμε τον ακριβή τόπο προέλευσής του, το σίγουρο είναι ότι εκφράζει ανατολίτικη νοοτροπία και κίνηση.

Τα χαρακτηριστικά του:

Σε αντίθεση με το χορό της κοιλιάς (με τον οποίο συχνά συγχέεται), το οριεντάλ περιλαμβάνει κινήσεις σε όλο το σώμα και όχι μόνο στην κοιλιακή χώρα. Είναι πολύ ρυθμικός χορός και βασικό ρόλο παίζουν τα πόδια, που είναι υπεύθυνα για τις κινήσεις των γοφών. Αν και φαίνεται ιδιαίτερα ελεύθερος χορός, ωστόσο βασίζεται σε αυστηρούς κανόνες και χρειάζεται τεχνική.



Flamenco

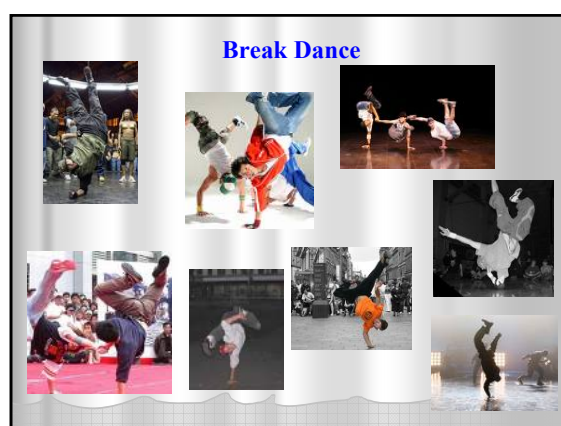
Οι ρίζες του:
 Η κουλτούρα των Ισπανών τσιγγάνων είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με το συγκεκριμένο χορό. Για την προέλευση της λέξης Flamenco υπάρχουν διάφορες εκδοχές, εκ των οποίων η πιο διαδεδομένη συνδέει το χορό με τους Φλαμανδούς στρατιώτες των ισπανο-βελγικών συνόρων, οι οποίοι διακρίνονταν για την αυτοπεποίθηση και την υπερηφάνεια τους.

Τα χαρακτηριστικά του:
 Είναι ιδιαίτερα υπεροπτικός χορός, με αγέρωχο ύφος του και έντονα χτυπήματα του ποδιού στο έδαφος. Στηρίζεται σε ένα βασικό βηματολόγιο, αλλά μπορούν να υπάρξουν πολλοί αυτοσχεδιασμοί.



Street Dances

Ονομάζονται «χοροί του δρόμου» γιατί γεννήθηκαν στους δρόμους φτωχών συνοικιών της Νέας Υόρκης. Πρόκειται για μοντέρνους ρυθμούς, που περιλαμβάνουν σε μεγάλο βαθμό τον αυτοσχεδιασμό και τη δυνατότητα έκφρασης μέσω της μουσικής. Δεν βασίζονται σε συγκεκριμένο εκπαιδευτικό σύστημα, αλλά σε ελεύθερες κινήσεις.



Break Dance

Οι ρίζες του:

Γεννήθηκε στους δρόμους της Νέας Υόρκης, στα τέλη του '60, από συμμορίες που προσπαθούσαν μέσω της μουσικής και του χορού να αποκτήσουν τη δική τους ταυτότητα.

Τα χαρακτηριστικά του:

Είναι ελεύθερος χορός, εξαιρετικά δυναμικός και εκρηκτικός. Οι κινήσεις του γίνονται στο έδαφος, ενώ στόχος είναι να απομονωθούν τα διάφορα μέλη του σώματος και να εκφράζονται ξεχωριστά. Απαιτεί πολύ καλό μυϊκό σύστημα.

R & B



R & B

Οι ρίζες του:

Τα αρχικά του προέρχονται από τις λέξεις Rhythm and Blues και δηλώνουν τη λαϊκή μουσική των νέγρων, που τραγουδούσαν τον πόνο, τη χαρά ή τον έρωτά τους.

Τα χαρακτηριστικά του:

Οι κινήσεις του είναι πιο ήπιες από το break dance, ενώ ισχύει και εδώ η κίνηση μεμονωμένων μελών του σώματος.

Hip - Hop



Οι ρίζες του:

Hip - Hop

Στο Μπρόνξ, μια περιοχή γεμάτη με οικογένειες μαύρων και Λατινοαμερικάνων, αναπτύχθηκε στις αρχές του '70 η κουλτούρα του hip-hop. Τα παιδιά των μεταναστών, στην προσπάθειά τους να αποκτήσουν τη δική τους ταυτότητα, δημιούργησαν συμμορίες, που διατηρήθηκαν στο χρόνο ως ομάδες. Σταδιακά, τα πάρτι και τα θεάματα που διοργάνωναν πήραν συγκεκριμένο ύφος και ονομάστηκαν hip-hop.

Τα χαρακτηριστικά του:

Πρόκειται ουσιαστικά για τον εκμοντερνισμό του break dance με στοιχεία και από το R&B. Θεωρείται χορός του αέρα, επειδή περιλαμβάνει πολλά άλματα. Χαρακτηρίζεται από ένταση και δύναμη.